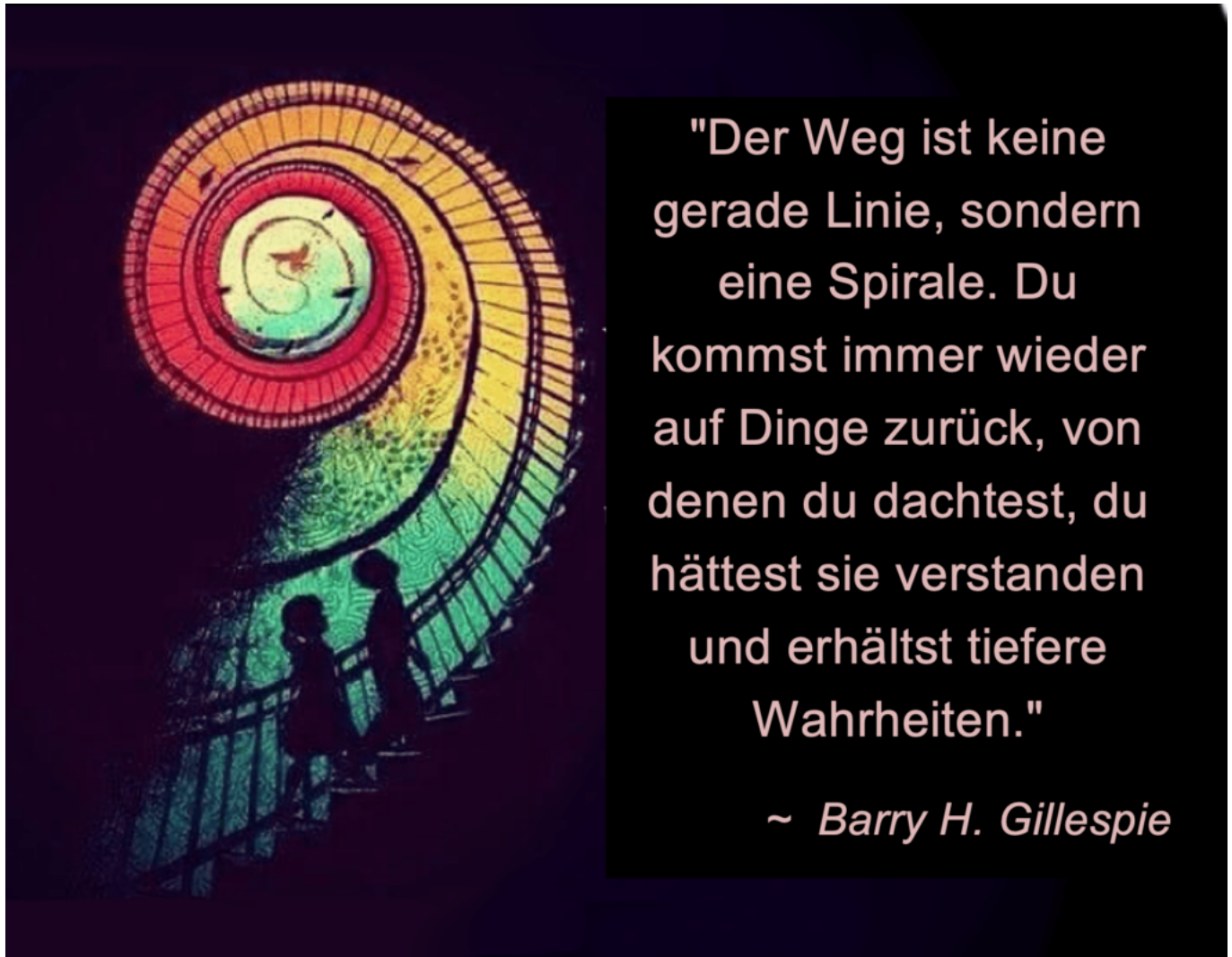


Die Spirale des Lebens: Warum wir immer wieder zu den gleichen Lektionen kommen

Gefunden auf fractalenlightenment.com; übersetzt von Taygeta



"Der Weg ist keine gerade Linie, sondern eine Spirale. Du kommst immer wieder auf Dinge zurück, von denen du dachtest, du hättest sie verstanden und erhältst tiefere Wahrheiten."

~ *Barry H. Gillespie*

Eine sich entwickelnde Seele kommt oft immer wieder zu bestimmten Themen oder Lektionen zurück. Die Feststellung, bestimmte Arten von Erfahrungen erneut besuchen zu müssen, ist eine Einsicht, die für jeden, der sich für seinen Selbstwahrnehmungsprozess engagiert, ziemlich frustrierend sein kann.

Da wir unsere Erwachungsreise oft unbewusst als Wettlauf bis zu einem Zielstrich sehen, haben wir vielleicht das Gefühl, dass wir keine Seelen-Lektionen wieder-erleben müssen, von denen wir denken, dass wir sie bereits hinter uns gelassen haben. Auf etwas zurückzukommen, von dem wir denken, dass wir es bereits durchgemacht haben, wird in den Augen unseres zielorientierten Egos als Rückschlag angesehen.

Warum denken wir in unseren Herzen, uns selbst oder anderen vergeben zu haben, nur um uns Monate später in einer sehr ähnlichen Situation zu befinden und die gleiche Wut zu spüren, von der wir dachten, wir hätten sie bereits geheilt?

Die Beziehung zwischen Bewusstsein und Ego verstehen

Um diesen Aspekt unseres spirituellen Prozesses zu verstehen, müssen wir zuerst die Dynamik eines nicht integrierten Egos und des erwachenden Bewusstseins (unsere Seele), das in uns zu wachsen beginnt, verstehen. Wenn unser Bewusstsein wächst, beginnt es sich mit dem "intakten" Ego zu vermischen, und so kommt es zu Verwirrung.



Bildquelle

Unser Ego weiss, dass das Licht unseres wachsenden Bewusstseins bewirkt, dass dies zu seinem endgültigen Ende führen wird, also beginnt es, alles zu packen, was es am Leben erhalten kann. Einer dieser verzweifelten Versuche, relevant zu bleiben, ist das Festhalten an spirituellen "Konzepten" und deren Umwandlung in angstbasierte Glaubenssysteme, an denen wir uns selbst richten können.

Das Konzept, "Vollkommenheit" zu erreichen oder vollständig "geheilt" zu werden, ist ein besonderer Favorit des Egos vieler spirituell Suchenden. Da das Ego in Dualität und Beurteilung gedeiht, ist die Vorstellung, dass wir nicht ganz perfekt, nicht geheilt, nicht erleuchtet genug oder nicht integriert genug sind, ein Glaube, der unserem Ego ein Projekt liefert, an dem es arbeiten kann und es so Leben erhalten kann.

"Sobald ich präsenter werde, selbstdisziplinierter sein werde, mehr meditiere, gesünder esse, alle meine ungeheilten Emotionen heile, sobald ich beginne, mehr positive Affirmationen zu machen, dann werde ich perfekt und geheilt sein, und dann werde ich nie wieder irgendwelche Dinge in meinem Leben durchmachen müssen, die mich verängstigen, verletzt fühlen lassen, mich etwas oder ganz ausser Kontrolle geraten lassen", denkt das unschuldige Ego für sich.

Doch diese Suche nach einem ständigen "To-Do"-Projekt, an dem gearbeitet werden soll, wird letztendlich nur zu einer weiteren Bindung unseres Egos führen. In den letzten Phasen unserer spirituellen Reise, nachdem die meisten unserer egoistischen Tendenzen geheilt und entwirrt sind, wird unser Ego eine letzte Anstrengung unternehmen, um am Leben zu bleiben, indem es uns die Illusion gibt, dass wir "festsitzen", oder nicht an etwas vorbeikommen können – nur um einen Grund zu haben, uns selbst oder anderen Vorwürfe zu machen. Was uns letztendlich

daran hindert, unsere Kraft zurückzugewinnen und unseren inneren Meister zu erwecken.

Eingewöhnung in das Nichts

“Jede Seele sehnt sich von Natur aus nach Stille, nach einem Raum, einem Garten, den wir bestellen können, wo wir anbauen, säen, ernten und ruhen können und dadurch zu einem tieferen Ort des Selbst und unserem Platz im Universum gelangen können. Schweigen ist keine Abwesenheit, sondern eine Präsenz, keine Leere, sondern etwas Gesättigtes, eine Fülle.” ~

Anne Leclair



Der Feind des Egos ist das bedingungslose Annehmen. Akzeptanz (Neutralität/Nicht-Urteil) liegt in unserer inneren Stille und Lautlosigkeit (dem Nichts) und deshalb kämpft hier das Ego und kämpft immer weiter um jeden Preis, um diese Stille, dieses Nichts fernzuhalten.

Was auch immer die Situation sein mag, in die du immer wieder hinein gerätst, die dich frustriert oder die dir einen Grund gibt, dich und dein Leben als “nicht perfekt genug” zu beurteilen, sie ist ein Hinweis, dass du dir nicht erlaubst, genau so zu sein, wie du bist.

Vielleicht ist die Situation ein lang anhaltender Groll gegen eine bestimmte Person, die du nicht ganz in deinem Kopf ruhen lassen kannst, oder eine selbstzerstörerische Gewohnheit, die immer wieder auftaucht. Was auch immer es ist, sage einfach zu dir: “Es ist okay.....”. “Es ist okay, dass ich nicht weiss, wie ich dem oder der verzeihen soll. Es ist ok, dass ich nicht weiss, wie ich aufhören soll, Zucker zu essen. Es ist in Ordnung, dass ich nicht weiss, wie ich aufhören kann, mich selbst nach automatisch auftretenden Gefühlen zu beurteilen.”

Beachte, wie sich unsere Energie vollständig in Entspannung verwandelt, sobald wir uns gestatten, es in Ordnung zu finden, dass wir so sind, wie wir natürlicherweise sind, oder so fühlen, wie wir es natürlicherweise tun. Jene Dinge, für die wir am meisten Zeit verwendet

haben, um uns selbst zu beurteilen, werden letztendlich die Waffen sein, die unser Ego benutzt, um eine Bestätigung für ein “weniger als” zu erhalten und uns in die Energie des Urteilens zu zwingen.



Das sind die Umstände, auf die wir immer wieder zurückkommen, nur um uns noch eine weitere Gelegenheit zu geben, eine authentische Akzeptanz zu finden, die letztlich über das Urteilen hinausgeht und uns aus der Zeitlinie herausführt, in der sich ähnliche Situationen manifestieren müssen.

Heilung wird nie von einem Standpunkt aus erfolgen, bei dem wir uns selbst in Veränderungen hinein drangsalieren oder uns selbst anprangern, damit wir etwas anderes tun.

So kommen die Zyklen der Widrigkeiten immer wieder zurück. Wir können uns einfach nicht vorstellen, wie (... hier das von dir wahrgenommene Problem einfügen ...) immer wieder in unsere Realität gelangt, nur um uns zu helfen – und deshalb ist die Beurteilung dieser Wiederkehr als etwas “Falsches” unsere natürliche Perspektive. Und das ist in Ordnung! Die ehrliche Wahrheit ist das, wo Akzeptanz zuallererst gebraucht wird. “Es ist okay, dass ich nicht weiss, wie ich es sehen soll... nämlich als Geschenk.”

Die Antwort auf die bedingungslose Annahme ist – das Nichts. Was kann denn unser Ego-Verstand zu vollkommener Neutralität und Akzeptanz, in jeder Nuance, sagen? So werden wir lernen, uns in unserer inneren Stille immer wohler fühlen.

Vollständige Akzeptanz führt letztendlich zu mehr Erfüllungsmöglichkeiten

Wenn wir anfangen, mit reinem Bewusstsein und ohne Urteil (was auch als Liebe übersetzt werden kann) unsere wahrgenommenen minderen Qualitäten, unsere frustrierenden

Lebensumstände oder unwürdigen Perspektiven zu akzeptieren, scheinen sie nicht mehr zufällig in unser Leben zu kommen.

Wir beginnen, rein aus der Weisheit unserer Seele zu handeln, die uns auf natürliche Weise in erfülltere Möglichkeiten führt. Die Freiheit, genau so zu sein, wie wir sind, und genau so zu fühlen, wie wir es tun, ist der Katalysator, damit sich unser Egos in die Integration ergeben kann. Wenn wir uns selbst lieben, brauchen wir keine Entscheidungen mehr zu treffen, die sich an einer 'minderwertigen' oder 'verunsicherten' Ich-Struktur orientieren.

